



COMUNICATO STAMPA

La Lega svizzera contro il reumatismo spiega il dolore

Opuscolo sulla gestione del dolore comprensibile a tutti

Zurigo, 13 aprile 2022

Cosa succede quando proviamo dolore? Quali processi avvengono nel nostro corpo? E come può essere che il dolore persiste, anche se la causa reale non è più presente? Il nuovo opuscolo breve della Lega svizzera contro il reumatismo «Capire il dolore. Evitare la cronicizzazione» esplora il ruolo del cervello nella gestione del dolore e mostra come prevenire la cronicizzazione.

«Il dolore ha origine nella testa, non nei tessuti», afferma Martina Rothenbühler della Lega svizzera contro il reumatismo e autrice del nuovo opuscolo breve. «Se si sa cosa succede nel corpo quando si sente dolore, si hanno maggiori possibilità di combattere il dolore cronico.» Il libretto di 24 pagine mostra quali processi influenzano la nostra percezione del dolore e quale percorso può portarci fuori dal circolo vizioso dei dolori cronici.

Come funziona il dolore

Il dolore ci avverte di un danno ai tessuti, a volte anche prima che il tessuto sia stato effettivamente danneggiato. È il sistema di allarme del nostro corpo e quindi di importanza vitale. Il midollo spinale e il cervello collaborano strettamente nella gestione del dolore. Il midollo spinale riordina le informazioni provenienti dal tessuto, mentre il cervello decide se innescare il dolore e con quale intensità.

Cos'è il dolore cronico

Il dolore cronico nasce da una concatenazione di fattori biologici, emotivi e psichici che si potenziano negativamente a vicenda. Se gli stimoli del dolore persistono e i segnali vengono gestiti in modo sfavorevole, con il tempo basta una minore intensità dello stimolo per generare dolore. Questo perché gli stimoli del dolore formano schemi di percezioni, movimenti ed emozioni che vengono riattivati durante esperienze simili e quindi diventano ancora più saldamente radicati. Il dolore cronico è reale. Non è immaginario. Tuttavia, non è un indicatore affidabile dell'entità della lesione o del pericolo per il corpo.

Chiarimenti e informazioni contro i falsi modelli di dolore

Tanto complesso è l'argomento, quanto semplice è il nuovo opuscolo. Facendo a meno di complicati termini tecnici, spiega la gestione del dolore in parole comprensibili a tutti ed è piacevolmente corredato di disegni dell'illustratore basilese Nicolas d'Aujourd'hui.





Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo



Capire il dolore - Evitare la cronicizzazione

24 pagine

Disponibile in tedesco, francese e italiano

Ordinare gratuitamente su rheumaliga-shop.ch (D 1000)

Autrice

Martina Rothenbühler, fisioterapista dipl. SUP, CAS Schmerz Basic,
Lega svizzera contro il reumatismo

Comitato scientifico

Dr. Med. Michael Gengenbacher, direttore medico di medicina interna
e muscoloscheletrica, ZURZACH Care

Martina Berchtold-Neumann, psicologa diplomata, FSP,
Stein am Rhein

Martina Roffler, fisioterapista dipl. SUP, Lega svizzera contro il
reumatismo

Ulteriori informazioni

Marianne Stäger, Pubblicazioni ed edizioni, tel. 044 487 40 65, m.staeger@rheumaliga.ch

Lega svizzera contro il reumatismo

La Lega svizzera contro il reumatismo è un'organizzazione mantello che include 19 leghe contro il reumatismo cantonali e regionali nonché sei organizzazioni nazionali dei pazienti. Il suo impegno è dedicato alle persone colpite e si rivolge a interessati, medici e health professional con informazioni, consulenza, corsi, formazione continua e ausili per la vita quotidiana. La Lega svizzera contro il reumatismo è stata fondata nel 1958 e si fregia del marchio di qualità ZEWO per organizzazioni di pubblica utilità.

